

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG HIPERTENSI MELALUI METODE PENYULUHAN

St. Rahmawati Hamzah¹, Sitti Nurul Hikma Saleh², dan Hamzah B³
Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika Kotamobagu
Jl. Siswa, Kelurahan Mogolaing, Kotamobagu, Sulawesi Utara, 95716
e-mail: strahmawatihamzah@gmail.com

ABSTRAK

Masalah kesehatan masyarakat khususnya yang diakibatkan oleh penyakit tidak menular sampai saat ini masih menjadi perhatian pemerintah. Kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan masih cenderung tidak merata disetiap daerah termasuk masalah hipertensi yang masih dominan dimasyarakat. Upaya meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap masalah hipertensi adalah dengan meningkatkan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan. Mitra pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat kelurahan Mogolaing. Studi pendahuluan menunjukkan masalah hipertensi masih menjadi masalah dominan dimasyarakat dan tingkat pengetahuan masyarakat tentang hipertensi masih rendah. Tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi melalui penyuluhan kesehatan. Metode pelaksanaan yang digunakan adalah dengan memberikan penyuluhan kepada masyarakat dengan media *leaflet*. Tahapan kegiatan meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Jumlah peserta pada kegiatan ini adalah 20 orang yang masuk kelompok rentan penyakit hipertensi. Hasil penyuluhan menunjukkan ada peningkatan pengetahuan peserta tentang hipertensi dengan perbedaan rata-rata skor pengetahuan pada saat *pre-test* dan *post-test* adalah 5,67. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi setelah diberikan penyuluhan kesehatan menunjukkan masyarakat telah berupaya untuk berperilaku positif. Perilaku positif masyarakat tentang hipertensi dapat timbul karena adanya kesesuaian reaksi atau respon terhadap stimulus yang diberikan. Peran aktif kader sangat penting untuk memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat secara rutin, dan bersama-sama dengan masyarakat menyebarluaskan informasi tentang hipertensi sebagai keberlanjutan dari program.

Kata Kunci: Edukasi, Hipertensi, Penyuluhan, Pemberdayaan Masyarakat

ABSTRACT

Public health problems, especially those caused by non-communicable diseases, are still the government's attention. Public awareness about the importance of health still tends to be uneven in every area, including the problem of hypertension which is still dominant in the community. Efforts to increase public awareness of the problem of hypertension is to increase knowledge through health education. This community service partner is the Mogolaing village community. Preliminary studies show that hypertension is still a dominant problem in the community and the level of public knowledge about hypertension is still low. The purpose of this service is to increase public knowledge about hypertension through health education. The implementation method used is to provide counseling to the community with leaflet media. The activity stages include planning, implementation and evaluation stages. The number of participants in this activity is 20 people who belong to the group susceptible to hypertension. The results of the counseling showed that there was an increase in participants' knowledge about hypertension with the difference in the average

knowledge score at the pre-test and post-test was 5,67. Increased public knowledge about hypertension after being given health education shows that people have tried to behave positively. The active role of cadres is very important to provide health education to the community on a regular basis, and together with the community to disseminate information about hypertension as a continuation of the program.

Key Words: Education, Hypertension, Counseling, Community Empowerment

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan masyarakat khususnya yang diakibatkan oleh penyakit tidak menular sampai saat ini masih menjadi perhatian pemerintah. Kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan masih cenderung tidak merata disetiap daerah termasuk masalah hipertensi yang masih dominan dimasyarakat. Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah menjadi meningkat di pembuluh darah secara signifikan. Karena pemenuhan oksigen dan nutrisi tubuh sehingga jantung bekerja lebih keras memompa darah. Jika penyakit ini dibiarkan, maka akan mempengaruhi kerja fungsi organ vital yang lain seperti jantung dan ginjal (Kemenkes RI, 2013).

Berdasarkan data WHO terdapat sekitar 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia. Prevalensi tertinggi terdapat di Afrika, yaitu sebesar 46% dari populasi dewasa, kemudian prevalensi terendah terdapat di Amerika sebesar 35%, selain itu prevalensi hipertensi di negara maju maupun negara berkembang masih tergolong tinggi, adapun prevalensi hipertensi di negara maju adalah sebesar 35% dari populasi dewasa dan prevalensi hipertensi di negara berkembang sebesar 40% dari populasi dewasa (WHO, 2014). Menurut perwakilan WHO untuk Indonesia mengemukakan bahwa terjadi peningkatan jumlah penderita hipertensi pada laki-laki dan perempuan sebesar 13% (Tarigan *et al.*, 2018).

Angka prevalensi hipertensi di Indonesia selama 10 tahun terakhir mengalami peningkatan yang cukup

signifikan. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi pada penduduk ≥ 18 tahun adalah 34,1%, dimana pada tahun 2017 sebesar 25,8% kemudian meningkat tahun 2013 sebesar 31,7%. Pada tahun 2018 diketahui penduduk Indonesia yang patuh minum obat hanya 8,8%, hal ini disebabkan karena penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit yang sulit didiagnosis dan juga tidak menunjukkan gejala (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan laporan STP berbasis puskesmas yang diolah kabupaten/kota menunjukkan hipertensi masuk tiga penyakit yang paling menonjol di Sulawesi Utara dengan jumlah kasus sebanyak 73.108 dengan jumlah pada laki-laki sebanyak 42,4% dan pada perempuan sebanyak 35,1%. Data terbaru menunjukkan angka prevalensi hipertensi di Sulawesi Utara sebesar 30%, angka ini mendekati angka prevalensi nasional sebesar 34,1%. Hal ini menunjukkan hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Sulawesi Utara terkait dengan penyakit tidak menular (PTM) (Dinkes Sulut, 2020).

Faktor-faktor yang sering menyebabkan terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain-lain. Penyakit hipertensi akan menjadi masalah yang serius jika tidak ditangani sedini mungkin akan berkembang dan menimbulkan

komplikasi yang berbahaya seperti terjadinya penyakit jantung, gagal jantung kongestif, stroke, gangguan penglihatan, dan penyakit ginjal.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan individu. Pengetahuan merupakan bentuk domain yang sangat penting untuk terbentuknya suatu tindakan seseorang. Apabila pengetahuan seseorang baik terhadap suatu hal, maka akan diikuti perilakunya tersebut (Adiyani *et al.*, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Minanga Tallu Kab. Luwu Utara menemukan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi. Masyarakat yang mempunyai pengetahuan yang baik cenderung tidak memiliki tekanan darah normal, sebaliknya masyarakat yang mempunyai pengetahuan kurang baik cenderung memiliki tekanan darah tidak normal (Suaib *et al.*, 2019).

Studi pendahuluan yang dilakukan dari 20 orang yang berobat ke Puskesmas Gogagoman terdapat 60% diantaranya yang menderita Hipertensi dan mayoritas berasal dari kelurahan Mogolaing Kotamobagu. Wawancara lebih lanjut terdapat 67% pasien tidak mengetahui faktor risiko hipertensi dan terdapat 71% yang tidak mengetahui cara pencegahan hipertensi. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan untuk mengatasi masalah kesehatan dimasyarakat. Edukasi yang diberikan kepada masyarakat tentang hipertensi melalui penyuluhan dapat memandirikan masyarakat untuk mengenali dan mengidentifikasi masalah hipertensi dan dapat melakukan pencegahan secara mandiri. Sehingga tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi melalui penyuluhan kesehatan.

METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan adalah dengan memberikan penyuluhan kepada masyarakat. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Mogolaing Kotamonagu Barat Kota Kotamobagu. Sasaran pelaksanaan kegiatan ini adalah masyarakat Kelurahan Mogolaing yang memiliki risiko tinggi hipertensi. Atas persetujuan pemerintah setempat kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 18 Oktober 2021. Jumlah peserta pada kegiatan pengabdian ini adalah 20 orang. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap perencanaan dimulai dengan melakukan rapat koordinasi dengan tim pelaksana kegiatan terkait persiapan, sasaran dan strategi pelaksanaan kemudian dilanjutkan dengan menyusun materi penyuluhan. Kedua melakukan studi pendahuluan di lokasi pengabdian, setelah itu melakukan perizinan di lokasi pengabdian dan berdiskusi dengan pihak Puskesmas dan Kelurahan untuk tanggal pelaksanaan kegiatan pengabdian. Hasil diskusi menyepakati kegiatan akan dilakukan bertepatan dengan jadwal vaksin Covid-19 yang rutin dilakukan Puskesmas Gogagoman di Kelurahan Mogolaing tanggal 18 Oktober 2021.

Selanjutnya tahap pelaksanaan diawali dengan melakukan *pre-test* (pengukuran awal) kepada peserta untuk melihat pengetahuan awal peserta sebelum dilakukan penyuluhan tentang hipertensi. Setelah itu dilakukan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi menggunakan media *leaflet*, diharapkan materi yang diberikan tentang apa itu hipertensi, faktor risiko hipertensi, kelompok yang berisiko, gejala dan upaya pencegahan hipertensi dapat dipahami dengan santai dan dapat menyesuaikan cara belajar secara mandiri. Kedua masuk sesi diskusi, peserta dipersilahkan untuk mengajukan pertanyaan dan komentar terkait materi

yang sudah disampaikan. Ketiga dilakukan *post-test* (pengukuran akhir) kepada peserta dengan pertanyaan yang sama pada saat *pre-test* dengan tujuan untuk mengevaluasi pengetahuan akhir peserta setelah diberikan penyuluhan kesehatan.

Tahap evaluasi dilakukan penyampaian laporan kegiatan, hasil kegiatan, dan keberlanjutan kerjasama antara tim dengan mitra. Kerjasama antara tim dengan mitra akan berlanjut dengan pelaksanaan kegiatan yang terkait dengan edukasi dari tim pelaksana dengan mitra dengan topik yang berbeda. Evaluasi keberhasilan atau pencapaian tujuan dalam kegiatan juga ditinjau dengan membandingkan rekapitulasi nilai *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner *pre-test* dan *post-test* disusun oleh tim dosen pelaksana yang terdiri dari 15 pernyataan. Pernyataan yang disusun akan menggali pengetahuan mengenai definisi, penyebab, gejala dan komplikasi serta pencegahan hipertensi. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan rumus statistik sederhana untuk menghitung presentase peningkatan pengetahuan.

HASIL dan PEMBAHASAN

Tema kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah “Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan”. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi melalui penyuluhan kesehatan. Secara keseluruhan tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dan sesuai dengan target yang direncanakan. Gambar 1 menunjukkan pelaksana pengabdian melakukan perizinan di Puskesmas Gogoman terkait kegiatan yang akan dilakukan pada tanggal 18 Oktober 2021 dan mengajak kerjasama dalam kegiatan pengabdian.



Gambar 1. Tim pelaksana kegiatan melakukan perizinan di Puskesmas Gogoman



Gambar 2. Penyuluhan kesehatan tentang hipertensi bekerjasama dengan kader Puskesmas Gogoman

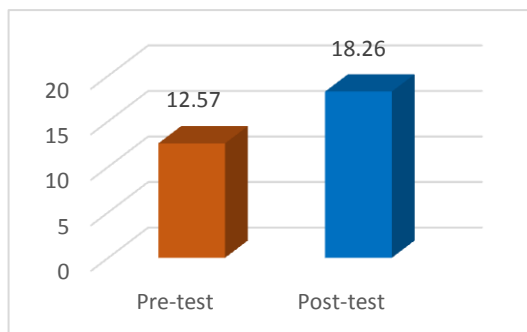
Gambar 2 menunjukkan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi, metode penyuluhan dengan menggunakan media yang digunakan adalah *leaflet* dengan harapan masyarakat dapat memahami materi penyuluhan dengan santai dan memberikan pengalaman belajar mandiri kepada masyarakat. Kegiatan penyuluhan dilakukan bersamaan dengan kegiatan program vaksinasi Covid-19 yang diadakan oleh Puskesmas Gogoman, hal ini bertujuan untuk menarik perhatian dan mempermudah masyarakat untuk berkumpul dilokasi penyuluhan. Kegiatan pengabdian ini

dilaksanakan atas kerjasama dengan Puskesmas Gogagoman dan aparat pemerintah kelurahan Mogolaing Kotamobagu.

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan masyarakat tentang hipertensi pada saat *pre-test* adalah 12,57 dengan standar deviasi 1,680, dan pada saat *post-test* meningkat menjadi 18,26 dengan standar deviasi 1,758. Skor pengetahuan terendah pada saat *pre-test* adalah 7 dan skor tertinggi adalah 14 dan pada saat *post-test* skor pengetahuan terendah pada adalah 15 dan skor tertinggi adalah 20. Berdasarkan hasil analisis terdapat perbedaan nilai rata-rata skor pengetahuan masyarakat penyuluhan pada saat *pre-test* dan *post-test* dengan angka 5,67 (Gambar 3). Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi setelah diberikan penyuluhan kesehatan.

Tabel 1. Karakteristik Skor Masyarakat tentang Hipertensi di Kelurahan Mogolaing

Nilai Statistik	Skor Pengetahuan	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Minimum	7	14
Maksimum	15	20
Mean	12,57	18,26
SD	1,680	1,758



Gambar 3. Grafik perbedaan rata-rata skor pengetahuan peserta

Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi

disebabkan karena penerimaan masyarakat terhadap materi yang diberikan sangat baik. 15 pernyataan yang diberikan rata-rata skor pengetahuan mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Beberapa pernyataan pengetahuan menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi. Beberapa pernyataan yang menunjukkan peningkatan adalah “hipertensi hanya terjadi pada lansia” dimana pada saat *pre-test* terdapat 11 orang (55%) yang menjawab dengan benar dan mengalami peningkatan yang cukup signifikan pada saat *post-test* yaitu menjadi 19 orang (95%) yang menjawab dengan benar. Dan pernyataan “makanan yang asin dapat menyebabkan hipertensi” dimana pada saat *pre-test* yang menjawab dengan benar yaitu 15 orang (75%) dan meningkat menjadi 20 orang (100%) pada saat *post-test*.

Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi setelah diberikan penyuluhan kesehatan menunjukkan masyarakat telah berupaya untuk berperilaku positif. Perilaku positif masyarakat tentang hipertensi dapat timbul karena adanya kesesuaian reaksi atau respon terhadap stimulus tertentu yaitu pengetahuan mengenai penyakit hipertensi. Sejalan dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan di Desa Kaliancar pendidikan kesehatan yang diberikan melalui penyuluhan dan pemberian edukasi kepada masyarakat desa sebagai bentuk (Setiawan *et al.*, 2021).

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di dusun pemberdayaan masyarakat yang dapat meningkatkan pengetahuan, sikap masyarakat mengenai hipertensi Bantar Kulon dan Bantar Wetan Kab. Kulon Progo menyatakan bahwa promosi kesehatan yang dilakukan dengan metode penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. Penyuluhan yang

dilakukan bertujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai hipertensi kepada masyarakat supaya masyarakat dapat melakukan upaya pencegahan penyakit hipertensi (Putri, 2018). Semakin meningkatnya pengetahuan pasien tentang hipertensi akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol hipertensi sehingga tekanan darahnya tetap terkendali. Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi maka pasien dapat melakukan upaya pencegahan penyakit hipertensi (Wulansari *et al.*, 2013).

Tingkat pengetahuan seseorang yang baik mengenai hipertensi akan mempermudah terjadinya perubahan perilaku, baik bagi penderita hipertensi maupun orang yang tidak menderita hipertensi untuk menjaga kesehatannya agar angka kejadian hipertensi dapat menurun (Pratami *et al.*, 2017). Hal ini juga didukung oleh metode penyuluhan yang digunakan tidak kaku menggunakan media *leaflet* memberikan pengalaman yang santai dan belajar mandiri kepada masyarakat untuk menerima materi yang diberikan. Sesuai dengan hasil pengabdian yang dilakukan di Desa Aluh-aluh besar menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *group whatsapp* efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap positif masyarakat tentang hipertensi (Fakhriyah *et al.*, 2021).

Penyuluhan merupakan suatu proses pembelajaran kepada masyarakat guna mencapai tujuan yang diharapkan. Penyuluhan merupakan usaha untuk mengubah pengetahuan, sikap, kebiasaan dan keterampilan dengan membantu, mempengaruhi dan memotivasi masyarakat sehingga dapat meningkatkan taraf hidupnya. Penyuluhan merupakan pendidikan yang diselenggarakan secara sistematis ditujukan pada masyarakat agar mau, mampu dan berswadaya dalam memperbaiki atau meningkatkan

kesejahteraan keluarganya dan masyarakat luas (Avesina *et al.*, 2018).

Salah faktor pendukung sehingga kegiatan pengabdian ini terlaksana dengan baik adalah peran penting dari pihak puskesmas, kader, aparat pemerintah kelurahan dan keterbukaan masyarakat akan informasi tentang penyakit hipertensi yang cukup tinggi. Harapannya kepada masyarakat yang mengikuti penyuluhan kesehatan dapat menyebarkan informasi tentang hipertensi, agar masyarakat lain memiliki kesadaran dan motivasi dalam meningkatkan status kesehatannya secara mandiri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan identifikasi masalah kesehatan di kelurahan Mogolaing dapat disimpulkan permasalahan kesehatan didominasi oleh masalah hipertensi. Intervensi yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan dengan media *leaflet* efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. Saran untuk kegiatan ini adalah perlu dilakukan kegiatan edukasi yang aktif oleh kader dengan materi lain untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Serta perlu dilakukan kegiatan diskusi rutin antara tim pelaksana dengan mitra tentang keberlanjutan kerjasama terkait kegiatan pengabdian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada pimpinan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik, dan juga kami ucapkan terima kasih kepada aparat Kelurahan Mogolaing dan Puskesmas Gogagoman yang telah banyak membantu untuk terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyani, Z. O. N., Angraini, D. I., & Soleha, T. U. (2017). Pengaruh pengetahuan, pendidikan dan ekonomi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat Desa Pekonmon Kecamatan Ngambur Kabupaten Pesisir Barat. *Jurnal Majority*, 7(1), 6–13.
- Avessina, M. J., Kustari, S. A., & Anisa, Z. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Komunikasi Penyuluhan. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(3).
- Dinkes Sulut. (2020). *Profil Kesehatan Sulawesi Utara 2019*. Dinas Kesehatan Sulawesi Utara.
- Fakhriyah, F., Athiyya, N., Jubaidah, J., & Fitriani, L. (2021). Penyuluhan hipertensi melalui whatsapp group sebagai upaya pengendalian hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 435–442.
- Kemkes RI. (2013). *Hasil Utama Riskesdas 2013*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemkes RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Pratami, F., Dewi, R., & Musiana, M. (2017). Perbedaan Pengetahuan Pasien Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Konsultasi Gizi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 12(1), 58–65.
- Putri, H. (2018). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1).
- Setiawan, A. B., Sulistya, D. I., Wardani, A. L. K., Firdaus, S. R., Syazana, N., Devi, A. D., Ayuningrum, Y., Amalia, Y., Prasetyowati, A., & Junari, J. (2021). *Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi dengan Media Video dan Poster di Desa Kaliancar*.
- Suaib, M., Cheristina, N., & Dewiyanti, N. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(1), 269–275.
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga terhadap diet hipertensi di desa Hulu Kecamatan Pancur Batu tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 9–17.
- WHO. (2014). *Global Target 6: A 25% Relative Reduction in The Prevalence of Raised Blood Pressure Or Contain The Prevalence of Raised Blood Pressure, According To National Circumstances*. World Health Organization.
- Wulansari, J., Ichsan, B., & Usdiana, D. (2013). Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Biomedika*, 5(1).